



Bayerischer Brotsalat im Glas

Zutaten

- 150 g Bauernbrot
- 150 g Fleischwurst
- 100 g Salami
- 100 g Emmentaler
- 40 g Frühlingszwiebeln
- 150 g rote Paprikaschoten
- 6 EL THOMY Reines Rapsöl
- 1 EL THOMY Delikatess-Senf mittelscharf (im Glas)
- 2 EL Aceto Balsamico
- etwas Zucker
- 1 EL Schnittlauchröllchen
- 1 EL Petersilie, gehackt
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Bauernbrot in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Fleischwurst, Salamischeiben und Emmentaler in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Paprikaschoten putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden.
2. In einer Pfanne 2 EL THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen, Bauernbrotwürfel darin anrösten, aus der Pfanne nehmen. Frühlingszwiebeln und Paprikawürfel in dem Bratfett kurz anbraten. THOMY Delikatess-Senf mit Aceto Balsamico, Zucker, 4 EL THOMY Reines Rapsöl verrühren.
3. Schnittlauch, Petersilie unterrühren mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Alle Salatzutaten mischen und in Portionsgläser füllen. Vor dem Servieren ca. 30 Min. ziehen lassen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	364 kcal
Fett	29 g
Protein	13 g

⌚ 25 Minuten

⊕ 6 Gläser